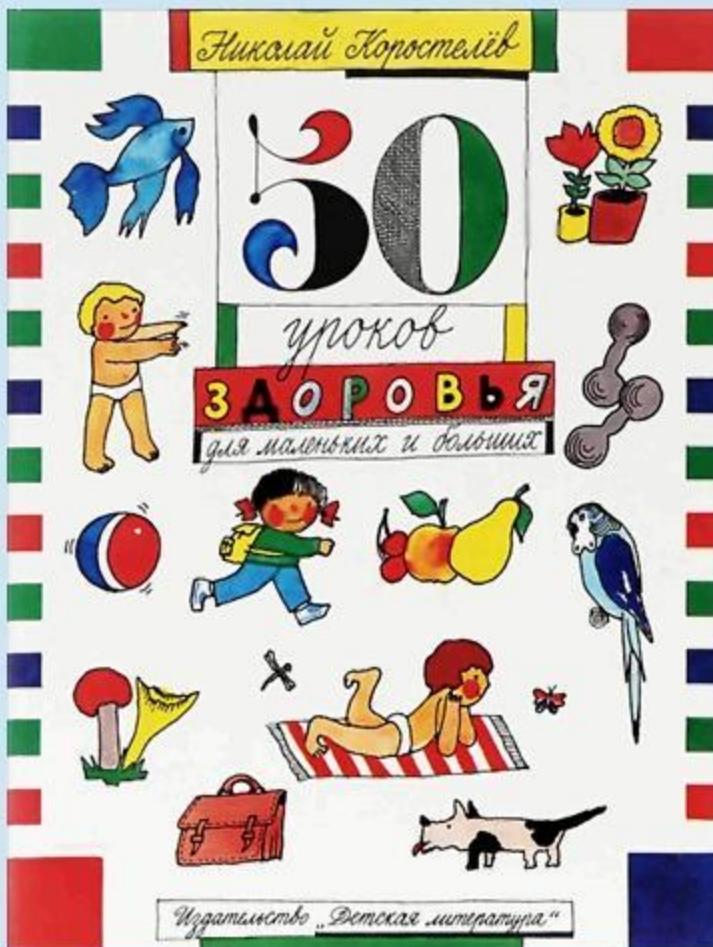




Жизнь стоит
того, чтобы
жить

выставка - призыв

Коростелёв, Н.Б. «50 уроков здоровья для маленьких и больших»



Книга В. Коростелёва - это краткий учебник здоровья, который в доступной и занимательной форме даёт советы по физическому самовоспитанию, закалке, умению правильно организовать своё учебное и свободное время.

Семёнова И.И. «Учусь быть здоровым, или Как стать Неболейкой»



С этой книгой юный читатель, отправляясь в путешествие за здоровьем, с пользой для себя узнает, что в жизни человека ждут опасности, которых нужно не бояться, а остерегаться или избегать.

Залесский М.З. «Как стать сильным»



Это настоящая настольная книга будущего силача. В ней даны ответы и рекомендации, как надо тренироваться, чтобы спортивные занятия приносили максимальную пользу.

Крутецкая В.А. «Правила здоровья и оказания первой помощи»



Книга даёт полезную информацию о том, как бороться с самыми распространёнными вредными (грязные руки, плохая осанка, компьютер и сотовый телефон, нездоровое быстрое питание и т.д.) и пагубными привычками (табак, алкоголь, наркотики). Научит оказывать первую медицинскую помощь и подскажет как нужно себя вести, чтобы не произошло несчастного случая.

«Здоровье на «отлично»!»

Самоучитель по укреплению здоровья для детей



Книга расскажет как сон, питание и развлечения могут укрепить ваш организм.

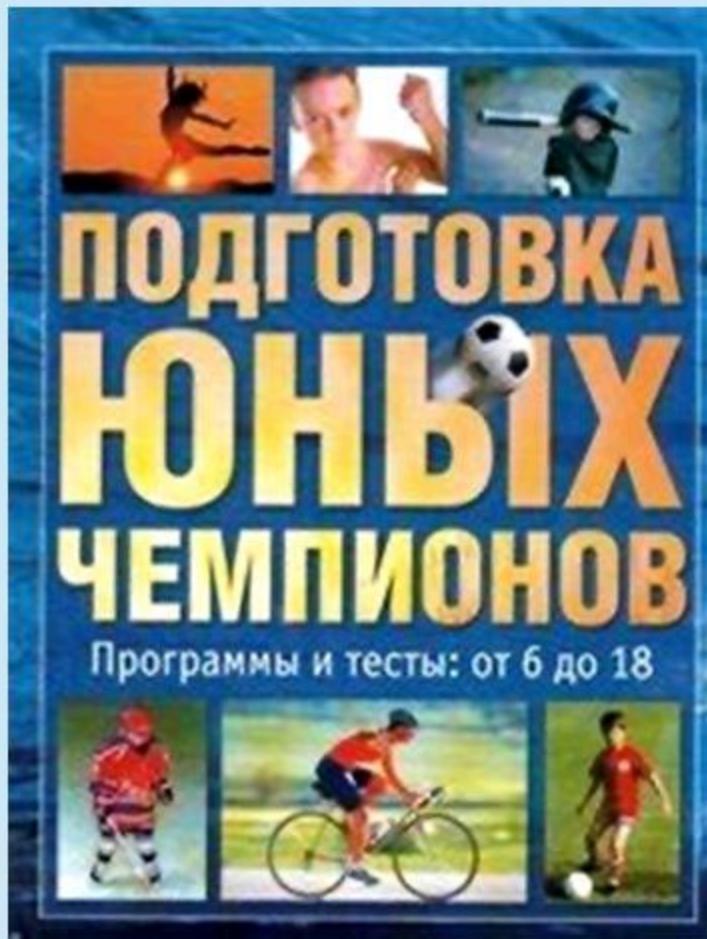
Лорена Паджалунга «Играем в йогу вечером»



Новая книга автора позволяет освоить 16 простых поз (асан), которые помогут расслабиться перед сном и спокойно уснуть.

Книга подарит ощущение безмятежности, столь необходимое в вечернее время.

Бомпа, Тудор О.
«Подготовка юных чемпионов»



Книга содержит более 300 физических упражнений, которые закладывают основу для последующего максимального физического и атлетического развития в возрасте от 6 до 18 лет.